



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Διεύθυνση Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Παρέμβασης
για τα Λοιμώδη Νοσήματα
Μέτρα πρόληψης και ελέγχου γαστρεντερίτιδας
σε βρεφονηπιακό/παιδικό σταθμό
(Απευθύνεται σε εργαζόμενους βρεφονηπιακών / παιδικών σταθμών)

Εισαγωγή:

Η γαστρεντερίτιδα, δηλαδή η εμφάνιση συμπτωμάτων όπως διάρροια, ναυτία, έμετοι, κοιλιακό άλγος, πυρετός μπορεί να εκδηλωθεί σε όλη τη διάρκεια του έτους. Ωστόσο, τους χειμερινούς μήνες είναι συχνές κυρίως οι ιογενείς γαστρεντερίτιδες, αυτές δηλαδή που οφείλονται σε ιούς.

Η γαστρεντερίτιδα, είτε βακτηριακής είτε ιογενούς αιτιολογίας, μπορεί να μεταδοθεί α) με κατανάλωση μολυσμένου τροφίμου ή νερού, β) από άτομο σε άτομο, γ) μέσω σταγονιδίων που απελευθερώνονται κατά τον έμετο και δ) μέσω επαφής με μολυσμένες επιφάνειες.

Η εμφάνιση κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας σε βρεφονηπιακούς/παιδικούς σταθμούς είναι συχνό φαινόμενο. Ωστόσο, τέτοιου είδους συμβάντα μπορούν να περιοριστούν έγκαιρα και αποτελεσματικά με τη λήψη των κατάλληλων μέτρων.

Σας παραθέτουμε βασικά μέτρα πρόληψης και ελέγχου της εμφάνισης κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας σε βρεφονηπιακούς/παιδικούς σταθμούς.

Γενικά μέτρα πρόληψης εμφάνισης κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας

1. Ακολουθούμε τους βασικούς κανόνες υγιεινής:

- ✓ Πλένουμε τα χέρια μας επιμελώς με χλιαρό νερό και σαπούνι για τουλάχιστον 15 δευτερόλεπτα και τα στεγνώνουμε χρησιμοποιώντας χειροπετσέτες μίας χρήσης
- ✓ Το πλύσιμο των χεριών συστήνεται α) πριν την προετοιμασία/σερβίρισμα φαγητού, β) πριν και μετά το γεύμα, γ) μετά τη χρήση της τουαλέτας, δ) μετά την επαφή με κόπρανα ή εμετό ή με αντικείμενα μiasμένα με μολυσματικό υλικό, ε) πριν και μετά την παροχή φροντίδας (π.χ. την αλλαγή πάνας, την παροχή βοήθειας σε ένα παιδί κατά τη χρήση της τουαλέτας), στ) μετά το παιχνίδι κυρίως σε εξωτερικούς αλλά και σε εσωτερικούς χώρους, ζ) μετά την απόρριψη των γαντιών μίας χρήσης, η) μετά την επαφή με απορρίμματα.

- ✓ Επιβλέπουμε τα μικρά παιδιά στο πλύσιμο των χεριών και στην εφαρμογή των κανόνων υγιεινής
2. Ακολουθούμε τις παρακάτω οδηγίες όσον αφορά την προετοιμασία, διανομή και φύλαξη του φαγητού και του πόσιμου νερού
- ✓ Φροντίζουμε ώστε τα τραπέζια να είναι καθαρά
 - ✓ Πλένουμε καλά τα μαγειρικά σκεύη με χλιαρό νερό και σαπούνι και τα αφήνουμε να στεγνώσουν
 - ✓ Φροντίζουμε ώστε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τα υπάρχοντα σκεύη (πιάτο, ποτήρι, κουτάλι κλπ.) και να μην πιάνουν την τροφή με τα χέρια τους
 - ✓ Ειδικά οι χειριστές τροφίμων πρέπει να πλένουν τακτικά τα χέρια τους, να αποφεύγουν τη χρήση κοσμημάτων στα χέρια, να δένουν τα μαλλιά τους και να καλύπτουν πιθανά τραύματα στα χέρια τους με αδιάβροχα επιθέματα και με γάντια μιας χρήσης
 - ✓ Φροντίζουμε ώστε το ωμό και το μαγειρεμένο φαγητό να τοποθετούνται σε ξεχωριστά σκεύη και να μην έρχονται σε επαφή εντός και εκτός ψυγείου
 - ✓ Χρησιμοποιούμε διαφορετικά μαγειρικά σκεύη για ωμά και για μαγειρεμένα τρόφιμα
 - ✓ Διατηρούμε το φαγητό χλιαρό σε θερμοκρασία $>60^{\circ}\text{C}$ ή κρύο σε θερμοκρασία $<4^{\circ}\text{C}$
 - ✓ Επαναθερμαίνουμε το φαγητό στους 70°C για δύο λεπτά και όχι περισσότερο από μία φορά
 - ✓ Καταναλώνουμε άμεσα ή ψύχουμε μαγειρεμένο φαγητό που διατηρήθηκε σε θερμοκρασίες $>5^{\circ}\text{C}$ και $<60^{\circ}\text{C}$ για λιγότερο από 2 ώρες
 - ✓ Καταναλώνουμε άμεσα ή απορρίπτουμε μαγειρεμένο φαγητό που διατηρήθηκε σε θερμοκρασίες $>5^{\circ}\text{C}$ και $<60^{\circ}\text{C}$ για 2 έως 4 ώρες
3. Οι εργαζόμενοι που ασχολούνται με την καθαριότητα πρέπει να φορούν γάντια και ποδιά μιας χρήσης
- ✓ Συστήνεται όλοι οι δυνητικά μολυσμένοι χώροι και επιφάνειες π.χ. τουαλέτες, πόρτες, πατώματα να καθαρίζονται τελευταίοι και τα αντικείμενα που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, βρύσες) να απολυμαίνονται με κοινά καθαριστικά, με υγρό δηλαδή σαπούνι και νερό ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης με αραιώση 1:50 (100 ml χλωρίνη σε 5 λίτρα νερό). Καθαριστικά που περιέχουν μόνο αλκοόλη δεν θεωρούνται αποτελεσματικά. Η χρήση γαντιών δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών.
 - ✓ Οι τουαλέτες πρέπει να καθαρίζονται τουλάχιστον δύο φορές την ημέρα αλλά και όποτε δείχνουν λερωμένες

- ✓ Οι χρησιμοποιημένες σφουγγαρίστρες πρέπει να πλένονται με χλιαρό νερό και να στεγνώνουν στον αέρα

Μέτρα σε περίπτωση εμφάνισης ενός κρούσματος γαστρεντερίτιδας

Σε περίπτωση **εμφάνισης ενός κρούσματος γαστρεντερίτιδας** (παιδί ή εργαζόμενος) σε βρεφονηπιακό / παιδικό σταθμό συστήνεται ο ασθενής να μην προσέρχεται σε αυτόν για όσο διαρκούν τα συμπτώματα έως και 48 ώρες μετά την ανάρρωσή του. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη συνιστώμενη αποχή από το σταθμό παιδιών και εργαζομένων με γαστρεντερίτιδα περιλαμβάνονται στον **Πίνακα** που ακολουθεί.

Πίνακας. Συστάσεις σχετικά με την αποχή των παιδιών και των εργαζομένων (που εμφάνισαν συμπτώματα γαστρεντερίτιδας) από το βρεφονηπιακό / παιδικό σταθμό.

Παθογόνο που προκαλεί γαστρεντερίτιδα	Συνιστώμενη περίοδος αποχής
Άγνωστο παθογόνο	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και έως 48 ώρες μετά την ανάρρωση
Ιογενείς γαστρεντερίτιδες (Ροταϊοί, Νοροϊοί κλπ.)	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και έως 48 ώρες μετά την ανάρρωση
Ηπατίτιδες Α και Ε	Τουλάχιστον για 7 ημέρες μετά την έναρξη του ίκτερου ή των συμπτωμάτων (επί απουσίας ίκτερου)
Βακτηριακές γαστρεντερίτιδες (<i>Campylobacter spp</i>, <i>Salmonella spp</i>, <i>Listeria monocytogenes</i>, <i>Shigella sonnei</i> κλπ.)	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και έως 48 ώρες μετά την ανάρρωση
Τυφοειδής και παρατυφοειδής πυρετός	Επιστροφή μετά από 3 διαδοχικές αρνητικές καλλιέργειες κοπράνων που λαμβάνονται με διαφορά 48 ωρών μεταξύ τους ξεκινώντας μία εβδομάδα μετά την ολοκλήρωση της φαρμακευτικής αγωγής (λήψη αντιβιοτικών)
Σιγκέλλωση (<i>Shigella dysenteriae</i>, <i>flexneri</i>), Χολέρα, Λοίμωξη από εντεροαιμορραγικό κολοβακτηρίδιο	Επιστροφή μετά από 2 διαδοχικές αρνητικές καλλιέργειες κοπράνων που λαμβάνονται με διαφορά τουλάχιστον ενός 24ώρου και όχι λιγότερο από 48 ώρες μετά την ολοκλήρωση της φαρμακευτικής αγωγής (λήψη αντιβιοτικών)
Παράσιτα (<i>Giardia</i>, <i>Cryptosporidium</i> κλπ.)	Όσο διαρκούν τα συμπτώματα και έως 48 ώρες μετά την ανάρρωση

Μέτρα σε περίπτωση εμφάνισης δύο ή περισσότερων κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας

Σε περίπτωση που στον βρεφονηπιακό/παιδικό σταθμό **εμφανιστούν δύο ή περισσότερα άτομα** με έμετο ή/και διάρροια μεταξύ των παιδιών ή/και του προσωπικού και τα συμπτώματα αυτά δεν μπορούν να αποδοθούν σε άλλους παράγοντες (φαρμακευτική αγωγή, άλλες ιατρικές καταστάσεις κλπ.) τότε πιθανόν να έχουμε **συρροή κρουσμάτων**. Εάν παραδείγματος χάριν εμφανιστούν δύο ή περισσότερα άτομα (παιδιά ή εργαζόμενοι) με έμετο ή/και διάρροια που φοιτούν στην ίδια

αίθουσα, χρησιμοποιούν κοινόχρηστους χώρους, ή παίρνουν μέρος σε κοινές δραστηριότητες, θα πρέπει να εφαρμοστούν τα παρακάτω μέτρα:

- ✓ Ο/Η παιδαγωγός ενημερώνει άμεσα τη διεύθυνση του σταθμού, τη Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας (ΔΔΥ) της αρμόδιας Περιφερειακής Ενότητας (ΠΕ) και τον ΕΟΔΥ στα τηλέφωνα 210-5212361. 853, 109, 091 (ή στο 210-5212054 μετά τις 16:00), ώστε να δοθεί η απαιτούμενη καθοδήγηση για το χειρισμό της συρροής¹
- ✓ Ένας υπάλληλος του σταθμού ορίζεται ως υπεύθυνος της καθημερινής καταγραφής των νέων κρουσμάτων σε ένα δελτίο καταγραφής το οποίο καλείται να αποστέλλει στην αρμόδια ΔΔΥ και στον ΕΟΔΥ. Παράδειγμα ειδικού δελτίου καταγραφής επισυνάπτεται στο τέλος των οδηγιών.
- ✓ Σε περίπτωση που η έναρξη των συμπτωμάτων ενός κρούσματος συμβεί στο σταθμό, συστήνεται η απομάκρυνση του παιδιού από τα υπόλοιπα παιδιά και η άμεση επικοινωνία με τους γονείς για τη μεταφορά του στο σπίτι. Σε περίπτωση που αυτό δεν είναι εφικτό, συστήνεται η απομόνωσή του μέχρι την αποχώρησή του από το σταθμό. Όσα παιδιά εμφανίσουν συμπτώματα θα πρέπει να παραμένουν στο σπίτι σύμφωνα με τις οδηγίες του **Πίνακα**.
- ✓ Ενημέρωση των υπόλοιπων γονέων για το φαινόμενο με τη σύσταση να μην προσέρχεται στο σταθμό κανένα παιδί με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας, σύμφωνα με τις οδηγίες του **Πίνακα**.
- ✓ Τα μέλη του προσωπικού (παιδαγωγοί, χειριστές τροφίμων κλπ.) με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με τα παιδιά ή τους υπόλοιπους εργαζόμενους. Συστήνεται η παραμονή τους στο σπίτι σύμφωνα με τις οδηγίες του **Πίνακα**.
- ✓ Η μετακίνηση αντικειμένων από τη μία αίθουσα στην άλλη να γίνεται με την προϋπόθεση ότι έχουν προηγουμένως καθαριστεί σχολαστικά. Τα αντικείμενα που χρησιμοποιούν τα παιδιά (παιχνίδια, μαρκαδόροι κλπ.) θα πρέπει να απολυμαίνονται τακτικά για την αποφυγή της μετάδοσης της νόσου.
- ✓ Επίβλεψη των διαδικασιών καθαριότητας και χειρισμού των τροφίμων από τη διεύθυνση του σταθμού. Τονίζεται η αναγκαιότητα τήρησης των κανόνων ατομικής υγιεινής από το προσωπικό.
- ✓ Φύλαξη δειγμάτων πιθανά ύποπτων τροφίμων στο ψυγείο, ώστε να μπορούν να σταλούν για έλεγχο στα αρμόδια εργαστήρια κατόπιν συνεννόησης με τη ΔΔΥ της αρμόδιας ΠΕ και τον ΕΟΔΥ. Σε περίπτωση συρροής κρουσμάτων γαστρεντερίτιδας υδατογενούς αιτιολογίας θα πρέπει να ληφθούν, αντίστοιχα, δείγματα νερού σύμφωνα με τις υπάρχουσες ενδείξεις.

¹ Η ενημέρωση των αρμόδιων φορέων δημόσιας υγείας συστήνεται και στην περίπτωση υψηλού απουσιασμού παιδιών ή εργαζόμενων λόγω συμπτωμάτων γαστρεντερίτιδας.

Ενέργειες για τον περιορισμό της διασποράς των παθογόνων μικροοργανισμών **σε περίπτωση εμέτου ή διάρροιας στο χώρο του σταθμού.**

- ✓ Απομονώνουμε την περιοχή που συνέβη το περιστατικό
- ✓ Χρησιμοποιούμε γάντια και ποδιά μιας χρήσης
- ✓ Προτείνεται η χρήση χαρτιού κουζίνας και όχι σφουγγαριού
- ✓ Το διάλυμα χλωρίνης που συστήνεται είναι 1:10, επειδή όμως η παραπάνω συγκέντρωση είναι ιδιαίτερα καυστική, θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο σε επιφάνειες ανθεκτικές στη διάβρωση (πάτωμα, τουαλέτες κλπ.). Σε διαφορετική περίπτωση συστήνεται αραιώση 1:50.
- ✓ Μετά τον καθαρισμό δεν επιτρέπουμε την είσοδο στο χώρο για μία ώρα
- ✓ Απορρίπτουμε προσεκτικά τον εξοπλισμό μίας χρήσης σε πλαστική σακούλα, ενώ ό,τι επαναχρησιμοποιείται (π.χ. σφουγγαρίστρα, πετσέτες) θα πρέπει να πλένεται με χλιαρό νερό και να αφήνεται στον αέρα να στεγνώσει
- ✓ Σε περίπτωση που λερωθεί χαλί, το καθαρίζουμε με απολυμαντικό και νερό. Προτείνεται η χρήση ατμοκαθαριστή και όχι ηλεκτρικής σκούπας γιατί ενέχεται ο κίνδυνος διασποράς του μικροβίου.
- ✓ Ο χειρισμός των ιματισμού (σεντόνια, πετσέτες και τυχόν λουπά κλινοσκεπάσματα) των βρεφών/παιδιών με συμπτώματα γαστρεντερίτιδας πρέπει να γίνεται με ιδιαίτερη προσοχή: πρέπει να μεταφέρονται με ξεχωριστές σακούλες και να πλένονται σε ξεχωριστά πλυντήρια σε υψηλή θερμοκρασία (>75°C). Ο χειρισμός του καθαρού ιματισμού θα πρέπει να γίνεται με διαφορετικά γάντια από τον χειρισμό του ακάθαρτου ιματισμού και των απορριμμάτων.
- ✓ Πλένουμε τα χέρια μας σχολαστικά
- ✓ **Η χρήση γαντιών δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών**

Τελευταία ενημέρωση: Σεπτέμβριος 2024